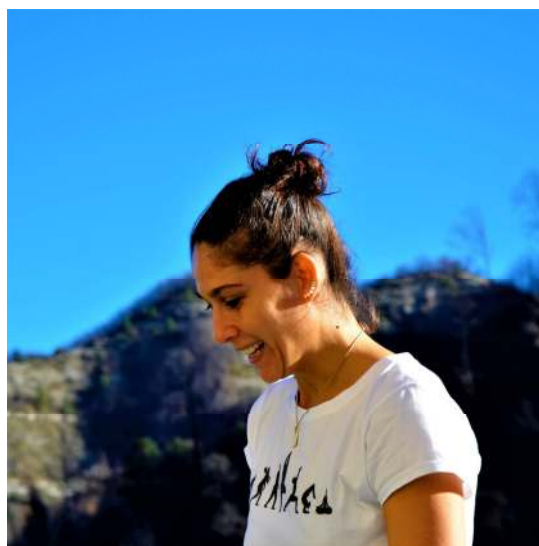




Lucia Cuppini



Laureata in Interpretariato e Traduzione nel 2008, si avvicina allo Yoga quasi per caso, nel 2012, partecipando ad alcune lezioni del Centro Natura. Si appassiona subito, colpita dagli effetti della pratica a livello psico-fisico, tanto da sentire presto l'esigenza di approfondire la conoscenza di questa disciplina dal punto di vista teorico e culturale.

Inizia così un percorso formativo, dapprima seguendo diversi seminari teorico-pratici tenuti dallo stesso Centro Natura e da altri centri Yoga di Bologna (Le Vie, Officina delle Trasformazioni, Atma Studio etc), con relatori come Federico Squarcini, Luca Mori, Marco Passavanti, Andrea Farina. Partecipa negli anni ad alcuni viaggi culturali in India e Ladakh, fino a maturare la decisione di frequentare il corso triennale per insegnanti ISYCO di Padova. Si diploma nel 2020.

Tuttora allieva presso il Centro Natura di Gabriella Gamberini e Simona Ramazzotti; continua il suo percorso formativo seguendo con regolarità anche Gilda Giannoni, sua ex professoressa, nonché altri corsi e seminari.

Nel corso degli studi sviluppa la volontà di avvicinare questa disciplina ad altre (apparentemente) più fisiche. Da ex atleta agonista di nuoto, appassionata di trekking e arrampicata, le diventa sempre più chiaro quanto queste attività possano arricchirsi e integrarsi pienamente se intraprese con un approccio yogico.

Toccando con mano gli effetti di questo lavoro si accosta all'insegnamento con passione e curiosità, mossa dalla voglia di trasmettere quanto profondo ed efficace sia l'effetto che lo Yoga può avere se ci si avvicina a questa disciplina con apertura e gioia.

La voglia di mettersi sempre in gioco di recente la porta a frequentare un corso di Acroyoga tenuto da Giampiero Buganè, trovando in questa disciplina un nuovo, ulteriore approccio all'ascolto e alla condivisione.